Principais Diferenças: CommonJS vs ES Modules

Aspecto	CommonJS (CJS)	ES Modules (ESM)
Sintaxe	`require` / `module.exports`	`import` / `export`
Carregamento	Síncrono	Assíncrono
Escopo	Cópia dos valores exportados	Referências vivas (atualizam)
Disponibilidade	Padrão antigo do Node.js	Padrão oficial do JavaScript
Interoperabilidade	Importar ESM pode exigir `import()`	Importar CJS funciona, mas pode quebrar default